

湖塘片“两癌”筛查工作4月3日启动

地点: 武进中医医院, 35~64 周岁女性免费参加

妇女“两癌”免费筛查项目是国家重大公共卫生服务项目之一。近年来, 宫颈癌和乳腺癌的发病率逐年增高, 且趋于年轻化, 已成为危害女性健康的两大“杀手”。实际上, “两癌”并不可怕, 早期发现的宫颈癌特别是宫颈癌前病变, 可以达到百分之百的治愈率。乳腺癌早期发现、诊断治疗的5年存活率可以达到80%以上。因此, “两癌”筛查是保障女性健康的重要“保护伞”。

精心组织 确保“两癌”筛查顺利开展

为提高“两癌”早诊早治率, 提升女性保健意识和健康水平, 4月3日起, 2023年湖塘片妇女“两癌”筛查工作将在武进中医医院启动。

为确保每一位适龄女性真正享受到这项惠民政策, 切实提高辖区“两癌”筛查的参与

度, 武进中医医院领导高度重视, 多措并举, 精心组织, 抽调责任心强、业务经验丰富的技术骨干参与工作, 明确目标任务, 优化服务流程, 采用分时段通知检查的措施, 并定期组织开展质控, 对阳性病例采取逐例督导的方式, 确保“两癌”筛查项目顺利完成。同时, 利用电子屏、微信、健康教育讲座、免费发放宣传资料等多种形式, 普及“两癌”筛查的重要性与意义。

这些“两癌”防治知识, 你了解吗?

武进中医医院乳腺病科主任、主任医师储军介绍, 乳腺癌是乳腺上皮细胞在多种致病因子作用下, 发生增殖失控的现象。大部分乳腺癌早期无明显症状, 中期可表现为乳房肿块、乳头溢液、腋窝淋巴结肿大等症状, 晚期可因癌细胞发生远处转移, 出现多器官病变, 直接威胁女性生命。乳腺癌主要与内分泌激素、遗传等因素有关, 45~65岁之间、绝经期前后的妇女发病率较高。

专家提醒, 早期预防很重要, 在日常生活中要保持健康的生活方式和愉悦的心情, 避

免熬夜, 戒烟戒酒, 坚持运动。每月在月经干净后一周进行乳房自我检查; 对于有家族史、反复流产等高危人群, 需每年定期进行乳腺检查。

武进中医医院妇科主任、主任医师陈燕介绍, 宫颈癌是最常见的妇科恶性肿瘤, 早期可能没有任何症状, 但随着疾病的进展, 会有接触性出血、异常阴道流血等症状, 随后由于肿瘤的增大, 压迫和侵犯临近器官组织而出现相应症状。宫颈癌病程漫长, 从癌前病变发展到恶性的浸润性宫颈癌, 约有5~10年的潜伏期。因此, 只要规范的体检, 90%以上的宫颈癌可被预防, 扼杀在“癌前病变”的萌芽状态。

专家提醒, 宫颈癌虽然可防可治, 但日常生活中要保持健康的生活方式和性生活, 接种HPV疫苗, 对于有家族史、性生活过早、多性伴侣、早孕多孕多产等高危人群, 每年进行一次妇科检查, 可有效早期发现和预防宫颈癌的发生。

35~64 周岁妇女 可免费“两癌”筛查

“两癌”筛查: 是指乳腺癌和宫颈癌检查。

服务对象: 35~64 周岁妇女。

(主要为湖塘镇蒋公岸社区、马家巷社区、湖塘社区、聚湖社区、夏雷社区、沙塘岸社区、华家社区、湾里社区、烈帝社区、降子社区、花东社区、北街社区、东方社区、周家巷社区、花园社区、南街社区、星河社区、中凉社区等18个社区, 其他区域的适龄妇女也可参加。)

免费筛查项目:

宫颈癌筛查项目包括: TCT检查、妇科B超, 妇科双合诊、阴道分泌物检查等;

乳腺癌筛查项目包括: 乳腺手诊、乳腺彩超等。

若初次宫颈癌筛查为阳性、乳腺手诊和乳腺彩超评估结果有问题的, 可转诊到武进中医医院妇科, 进一步检查。

筛查时间:

4月3日—5月26日, 周一至周五

上午: 7:30—11:00; 下午: 13:30—16:00

筛查地点:

武进中医医院5号楼1楼

咨询电话:

0519-86582573

常州市武进中医医院

关于“两癌”

您想知道的都在这了!

乳腺病科主任 尚军 主任医师
妇科主任 陈燕 主任医师

直播预告
扫描二维码 观看直播
2023年3月30日(星期四)16:00-16:30



扫码关注武进中医医院
微信公众号

常州西太湖医院全力护航“西马”

2022常州西太湖半程马拉松暨大运河马拉松系列赛(常州站)3月26日上午在武进西太湖花博园鸣枪开跑。为确保赛事顺利进行, 出现医疗紧急状况能第一时间得到有效救治, 作为赛事定点医院之一, 常州西太湖医院制定了相关医疗保障工作方案, 全力为“西马”保驾护航。

为保障参赛选手的身体健康, 为他们提供及时、高效的救护服务, 医院成立由院长高家彦担任总指挥, 副院长郑洪柱担任组长, 各临床科室、医技科室等医务人员担任组员的西太湖马拉松保障组, 负责赛事期间医疗保障的现场组织指挥和应急处置。本届比赛, 西太湖医院派出了20余名医护人员在各医疗站点。

比赛期间, 陆续有选手因脚踝扭伤、肌肉抽搐等原因前来医疗站点救治, 医疗保障人员认真检查, 仔细处理, 并告知注意事项, 及时有效地处理, 大大减轻了运动员的伤痛, 为赛事顺利进行提供了有力保障。该院急诊科还救治了因中暑脱水和腹部疼痛的参赛选手, 使他们转危为安。(小周)



这些不适或与炎症有关 “抗炎”食物搭配着吃

嗓子红肿、肠胃不适……可能都是炎症作怪。炎症是人体对抗刺激的防御性反应, 是许多重大疾病发展过程中的重要环节。专家介绍, 长期炎症状态称为慢性炎症, 可能导致人体免疫系统出现紊乱, 损伤心血管, 诱发糖尿病、抑郁症, 引发肿瘤。

慢性炎症与饮食习惯息息相关。想降低身体炎症水平, 提升免疫力, 科学饮食很关键。

尽量少吃红肉、高糖、高油、高盐类食物和加工类食品, 它们是典型的“促炎”食品。

相对应的, 日常要多摄入“抗炎”食物。“抗炎”食物以植物性食物为主, 搭配时强调多食用水果、蔬菜、全谷物、富含 $\omega-3$ 脂肪酸的食物、瘦肉以及香辛料等。

蔬菜中的卷心菜、西蓝花, 浆果类水果如草莓、蓝莓, 三文鱼、亚麻籽油、葡萄籽油、菜籽油、坚果等富含 $\omega-3$ 脂肪酸的食物, 生姜、八角、桂皮、大蒜、葱等香料都有着不错的“抗炎”效果。

“抗炎”食物如何搭配? 建议每天吃5~7种不同颜色水果, 蔬菜摄入量每天达500克, 每周吃2~3次海产品, 每天摄入10~15克坚果。

但专家也提醒, “抗炎”食物不能代替药物, 如果已出现严重过敏反应, 应及时就医。此外, 适度有氧运动、保持乐观心态和规律睡眠、控制体重、不抽烟不酗酒、定期体检等科学生活方式也能减少慢性炎症的发生, 提高身体免疫力。(浙江老年报)

不开心就大吃一顿会伤“心”

日前, 一项随访13年的研究提示, 一些饮食行为与心血管健康有关。比如, 情绪化进食会损害心血管。

研究者认为, 在心血管病预防过程中应考虑饮食行为, 应将情绪调节技巧教学纳入其中。

情绪化进食是指不良情绪下的进食行为。例如, 很多人不高兴, 就会大吃一顿, 而且食物还不健康。

分析显示, 在成年人中, 情绪化进食出现心脏舒张功能障碍风险增加了38%。而且,

二者间的关联, 31.9%与压力水平有关。同时, 情绪化进食还与动脉粥样硬化进展有关系。

据悉, 该研究包括1109名健康人, 其中有916名成年人和193名青少年。

(北京青年报)

